

**PEMANFAATAN MEDIA VIDEO DAN ALAT BANTU MATRAS
BERTINGKAT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR
GULING DEPAN PADA SISWA KELAS V SDLB-B
WANTUWIRAWAN SALATIGA
TAHUN AJARAN 2016/2017**



SKRIPSI

Oleh:

PUGUH DWI LAKSONO

K4610071

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

Juli 2017

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Puguh Dwi Laksono
NIM : K4610071
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan
Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul ” **PEMANFAATAN MEDIA VIDEO
DAN ALAT BANTU MATRAS BERTINGKAT UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GULING DEPAN PADA SISWA
KELAS V SDLB-B WANTUWIRAWAN SALATIGA
TAHUN AJARAN 2016/2017** “ ini benar-benar karya saya sendiri. Selain itu
sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan
dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil
jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Juli 2017

Yang membuat pernyataan



Puguh Dwi Laksono

**PEMANFAATAN MEDIA VIDEO DAN ALAT BANTU MATRAS
BERTINGKAT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR
GULING DEPAN PADA SISWA KELAS V SDLB-B
WANTUWIRAWAN SALATIGA
TAHUN AJARAN 2016/2017**



Oleh:

PUGUH DWI LAKSONO

K4610071

Skripsi

**Diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapat gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Juli 2017**

PERSETUJUAN

Nama : Puguh Dwi Laksono
NIM : K461007
JudulSkripsi :Pemanfaatan Media Video dan Alat Bantu Matras
Bertingkat Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Guling
Depan Pada Siswa Kelas V SDLB-B Wantuwirawan
Salatiga Tahun Ajaran 2016/2017

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

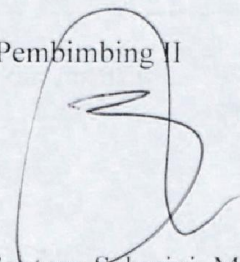
Surakarta, Juni 2017

Pembimbing I



Drs. Sunardi, M.Kes.
NIP. 19581121 199003 1 004

Pembimbing II






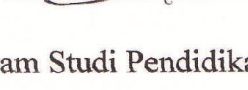
Dr. Sri Santoso Sabarini, M.Or
NIP.1976082220050120013

PENGESAHAN

Nama : Puguh Dwi Laksono
NIM : K4610071
Judul Skripsi : Pemanfaatan Media Video dan Alat Bantu Matras Bertingkat Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan Pada Siswa Kelas V SDLB-B Wantuwirawan Salatiga Tahun Ajaran 2016/2017

Skripsi ini telah di pertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari Rabu, 19 Juli 2017 dengan hasil Lulus dan revisi maksimal dua bulan. Skripsi ini telah direvisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua	: Djoko Nugroho, S.Pd, M.Or		7-8-2017
Sekretaris	: Drs. Budhi Satyawan, M.Pd		05-09-2017
Anggota I	: Drs. Sunardi, M.Kes.		24-8-2017
Anggota II	: Dr. Sri Santoso Sabarini, M.Or		12-8-2017

Skripsi ini disahkan oleh Kepala Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada :


Hari : Selasa
Tanggal : 05 September 2017

Mengesahkan



Dekan Fakultas Keguruan
Dan Ilmu Pendidikan
Prof. Dr. Joko Nurkamto, M.Pd.
NIP. 19610124 198702 1 001

Kepala Program Studi
Penjaskesrek


Drs. Sunardi, M.Kes.
NIP. 1958 1121 199003 1 004

ABSTRAK

Puguh Dwi Laksono, K4610071 **PEMANFAATAN MEDIA VIDEO DAN ALAT BANTU MATRAS BERTINGKAT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GULING DEPAN PADA SISWAKELAS V SDLB-B WANTUWIRAWAN SALATIGA TAHUN AJARAN 2016/2017**, Skripsi. Surakarta :Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Juni 2017.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar *guling* depan dengan memanfaatkan media video dan alat bantu matras bertingkat pada siswa kelas V SDLB-B Wantuwirawan Salatiga Tahun Ajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SDLB-B Wantuwirawan Salatiga yang berjumlah 5 Siswa yang terdiri dari 2 siswa putra dan 3 siswa putri. Sumber data berasal dari guru, siswa dan peneliti. Teknik pengumpulan data adalah dengan observasi, angket, dan dokumentasi. Validitas data menggunakan teknik triangulasi data. Analisis data menggunakan teknik deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif dengan prosentase.

Dari hasil analisis data diperoleh peningkatan hasil belajar *guling* depan pada Siklus I mencapai 80 % atau sebanyak 4 siswa yang tuntas dan pada Siklus II meningkat mencapai 100 % atau sebanyak 5 siswa yang tuntas, dengan KKM 75.

Simpulan penelitian ini adalah dengan pemanfaatan media video dan alat bantu matras bertingkat dapat meningkatkan hasil belajar *guling* depan pada siswa kelas V SDLB-B Wantuwirawan Salatiga Tahun Ajaran 2016/2017.

Kata Kunci: Hasil Belajar, *Guling Depan*, Pemanfaatan Media Video, Matras Bertingkat

ABSTRACT

Puguh Dwi Laksono, K4610071 **APPLICATION OF VIDEO MEDIA AND GRADED MATTRESS FOR LEARNING OUTCOME IMPROVEMENT EFFORTS ON ROLL AHEAD GYMNASTIC ON A GRADE V SDLB-B WANTUWIRAWAN SALATIGA ACADEMIC YEARS 2016/2017**, Thesis. Surakarta. Teacher Training and Education Faculty. Sebelas Maret University .March. 2017.

The purpose of this study is to improve the learning's result roll ahead gymnastic approach on class V SDLB-B Wantuwirawan Salatiga academic year 2016/2017.

This research is a classroom action research (CAR). This study was conducted in two cycles, with each cycle consisting of planning, action, observation and reflection. The subjects were students of class V SDLB-B Wantuwirawan Salatiga academic year 2016/2017 with the amount of 5 students consisting of 2 boys and 3 daughters students. The source of data derived from teachers, students and researchers. The data collection technique is the observation, questionnaires, and documentation or records. The validity of the data is using data triangulation technique. Data were analyzed using descriptive techniques that are based on a qualitative analysis of the percentage.

From the results of the analysis, the increase of the learning's result on roll ahead gymnastic on the first cycle reached 80% or as many as 4 students have completed the criteria entered, in Cycle II and increase to 100% or as many as 5 students, and the KKM of 75. The conclusions of this study with the application of media video and graded mattress can improve learning outcomes roll ahead gymnastic in class V SDLB-B Wantuwirawan Salatiga academic year 2016/2017.

Key Word : Learning's Results, Roll Ahead Gymnastic, Video Media, Graded Mattres

MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.

Do'a dan ikhtiar adalah utama untuk mencapai apa yang diharapkan

Bersabar dan bersyukur ketika kesulitan datang, karena dengan kesulitan itu bisa
membuat diri lebih ingat pada-Nya

Karena doa tanpa usaha itu bohong, dan usaha tanpa doa itu sombong

PERSEMBAHAN

Teriring sujud syukur kupersembahkan padamu Tuhan yang Maha Agung nan Maha tinggi. Atas takdirmu telah kau jadikan aku manusia yang senantiasa berpikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani kehidupan ini.

Kupersembahkan sebuah karya tulis skripsi ini kepada kalian:

Bapak Supriyanto dan Ibu Alm. Sri Hastuti

Kupersembahkan sebuah karya kecil ini untuk Ayahanda dan Ibundaku tercinta, yang demi hidupku kalian ikhlas mengorbankan segala perasaan tanpa kenal lelah, dalam lapar berjuang separuh nyawa hingga segalanya. Yang tiada pernah hentinya selama ini memberikan semangat, do'a, dorongan, nasehat, dan kasih sayang serta pengorbanan yang tak tergantikan hingga aku mampu tetap berjuang sejauh ini. Menjadi buah hati kalian adalah nikmat terhebat dalam hidup ini.

Terimalah bukti kecil ini sebagai kado keseriusanku untuk membalas pengorbananmu.

Kepada kakakku terkasih (Alm. Rizky Wicaksono)

Almamater Penjaskesrek FKIP UNS

Guru Pendidikan Jasmani Kesehatan Olahraga dan Kesehatan di SDLB-B
Wantuwirawan Salatiga

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang maha pengasih dan penyayang. Atas kehendak-Nya penyusunan skripsi dengan judul **“PEMANFAATAN MEDIA VIDEO DAN ALAT BANTU MATRAS BERTINGKAT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GULING DEPAN PADA SISWAKELAS V SDLB-B WANTUWIRAWAN SALATIGA TAHUN AJARAN 2016/2017”**.Dapat diselesaikan

Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Menyadari bahwa didalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan berbagai pihak. Maka dari itu disampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Djoko Nurkamto, M.Pd.Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta
2. Drs. Sunardi, M.Kes.Kepala Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta sekaligus pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi.
3. Sri Santoso Sabarini, S.Pd, M.Or Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi.
4. Djoko Nugroho, S.Pd, M.Or. sebagai Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan pengarahannya.
5. Agus Abdullah,S,Pd. Kepala Sekolah SDLB-B Wantuwirawan Salatiga yang telah memberikan ijin penelitian.
6. Siswa kelas V Sekolah SDLB-B Wantuwirawan Salatiga yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
7. Teman-teman yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu tersusunnya skripsi ini.

Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Meskipun demikian, semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Surakarta, Juli 2017

Penulis